



Testtraining (M1)	30.-
- Dauer ca. 60 Minuten - Beratung - Miha bodytec Trainingsbekleidung (leihweise)	
* pro Person nur einmal möglich	
6er Karte (M6)	399.-
- 6 Trainingseinheiten - Gültigkeitsdauer: 3 Monate ab Kaufdatum - Miha bodytec Trainingsbekleidung - Personaltraining	
15er Karte (M15)	55.-/Woche
- 15 Trainingseinheiten - Laufzeit: 3 Monate ab Programmstart - Personaltraining	
Jahreskarte (M52)	45.-/Woche
- einmal wöchentliches Training - Laufzeit: ein Jahr ab Programmstart - Personaltraining	
Starterpaket (einmalig bei Buchung M15 oder M52)	129.-
- Bekleidungsset - Chipkarte - Gutschein für ein Testtraining im Wert von 30.- - Screening MS1 und MS2 (Körperfettanalyse, Kraftausdauerstest, Maximalkrafttest)	
Wiederholungsanalyse (auf Wunsch zu buchbar)	70.-

Sie stehen im Mittelpunkt

Das Training mit miha bodytec findet im Rahmen einer persönlich betreuten Übungseinheit statt (Personal Training). Unser miha bodytec Team besteht ausschließlich aus Physiotherapeuten, sowie Sporttherapeuten die in individueller Abstimmung mit Ihnen, eine auf die jeweiligen Besonderheiten und Anforderungen abgestimmte Trainingsplanung erstellen.

Anwendungsgebiete

- Rückenbeschwerden
- Muskuläre Dysbalancen
- Schwäche der Rumpfstabilisatoren
- Haltungsschwäche
- Leistungssport

Auswirkungen

- unterstützt den Muskelaufbau
- steigert die Ausdauerleistungsfähigkeit
- steigert die sportliche Leistungsfähigkeit
- lindert oder beseitigt Rückenschmerzen
- löst Muskelverspannungen
- verbessert die Körperhaltung
- wirkt motivierend

Weitere Informationen erhalten Sie an unserer Rezeption.